

『自らの生き方を創る子どもの育成』～1人ひとりの個性を生かす教育の推進～

## 佐野台小学校だより

№47 2026.2.2 校長 川上 誠治

いつもありがとうございます。

感謝しています。



1月24日（土）に第4回子育てと一緒に考える会『ひだまり』をしました。今回のテーマは『感情と上手につきあう』です。まずは参加してくださった保護者のみなさんの声を紹介します！！

怒りのもとには心配や不安などの一次感情があることがわかりました。

怒りの一次感情に気づくことが大切だと学びました。そして怒りをそのままぶつけるのではなく、怒りの一次感情をIメッセージで伝えることの大切さを学びました。

すぐに怒りの感情がでてきます。しかし、怒りは二次感情なのですね。一次感情が存在することがわかりました。一次感情を理解することで自分もまわりも建設的な行動ができるようになりますね。

怒りのもとになる一次感情を理解することでその状況の本当の意味が理解することができますね。それをIメッセージで伝えることでやわらかく相手に伝えることができますね。

